

روزنامہ الفضل الاول ۱۵ دسمبر ۱۹۶۵ء

نوشی کیسا ہے

میں نے بہت سے لوگوں کو دیکھا ہے جو نوشی سے بے خبر ہیں۔ ان کو یہ نہیں پتا کہ نوشی کیا ہے اور اس کے اثرات کیا ہیں۔ ان کو یہ بھی نہیں پتا کہ نوشی سے بچنے کے لیے کیا کرنا چاہیے۔

نوشی ایک ایسی چیز ہے جو انسان کے جسم پر برا اثر کرتی ہے۔ اس سے انسان کے دماغ کی کارکردگی کم ہوتی ہے اور اس کے جسم میں کمزوری پیدا ہوتی ہے۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

نوشی سے بچنے کے لیے انسان کو اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔ پہلی بات یہ ہے کہ انسان کو نوشی سے بچنے کے لیے اپنی زندگی میں کچھ احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں۔

کوئی ہمکارا نہیں ہے

ہم کو کسی سے بھر نہ لیں ہے
کوئی ہمکارا نہیں ہے
فونے ہی اس کو تو ہے ہوا
دو تہ وہ شہر گسے قمری سے
من کا پردہ دیکھ اٹھا کر
من کے اندر کون کس سے ہے
من ہے جیسے چپا کا ایل
الہ انگوٹھی چپا نہ چھین ہے
میں راہیروں کا خدا ہے
مجھ کو یقین ہے سب کو جین ہے
دل کا گھٹا توڑ نہ دینا
تھوڑا سا میں غرضیں پر ہے

